Persoonlijkheids-ontwikkeling door Zelfwaarneming

Een beknopte uiteenzetting van de essentie van alle stromingen van wijsheid

© Drs. Frans Langenkamp, www.selfrealisation.net

De uiterlijke wereld
van de vergankelijke vormen
is oneindig complex …

De *Essentie* van de oneindig complexe
wereld is absoluut eenvoudig …
Het is het Zijn als zodanig

Om de absolute Eenvoud te ervaren, moeten we onze aandacht naar binnen leiden, naar de bron van onze gedachten …

De Bron van onze gedachten
en gevoelens is Bewustzijn …

Bewustzijn is onze *Essentie* …

En dus de *Essentie* van
Alles en Iedereen!

„Bewustzijn is primair … Materie is een produckt van Bewustzijn.“

- Max Planck 1929

Enkele eigenschappen van bewustzijn …

Het is het Zijn, dat bewust is van Zichzelf

Pure subjectiviteit

Intelligentie

Creativiteit

Oneindigheid

Onveranderlijkheid

Eeuwigheid

Absoluutheid

Vrede, Vrijheid, Vreugde

Sat Chit Ananda – Zijn, Bewustzijn, Gelukzaligheid

Het is datgene dat …

in de Kerken God wordt genoemd

In de Moskeen Allah

In de Synagogen Adonoi

In de Tempels Shiva

In de Pagoden Tao

In de Tipis Wakan Tanka

Door Boeddha Boeddha Natuur – ontwaakt bewustzijn

In de Filosofie het Absolute Zijn

In de moderne wetenschap het Kwantumveld,
het Verenigde Veld, het Nulpuntveld, de Vakuum Toestand

Zoals de ene onbegrensde oceaan
zich uitdrukt in oneindig veel golven,
…
zo manifesteert het Ene,
Absolute Gelukzaligheids Bewustzijn
zich in de talloze levensvormen,

in de oneindige stroom van
namen, vormen en activiteiten

De *abstracte*, gelukzalige aard en essentie van het Leven
wil zich uitdrukken in *tastbare* golven van geluk

Het doel van het leven is dus:
De manifestatie en uitbreiding van geluk

De zin van het bestaan is daarom
deze alomtegenwoordige, natuurlijke tendens
toe te laten in ons lichaam-geest-ziel systeem,
en daardoor elke dag gelukkiger te worden,
totdat we in alle omstandigheden gelukkig zijn.
Dat is de definitie van Nirwana.

Dan zien we de werkelijkheid zoals die is:
Een manifestatie van Geluk.
Een tijdelijke manifestatie van Absoluut en Eeuwig Geluk.

Hoe bereiken we het doel van het leven?

1. Door inzicht te hebben in de aard en bedoeling van het leven.

2. Door ons te ontspannen en te vertrouwen op de aard van het leven.

3. Door een neutrale, objectieve waarnemer te worden van onze eigen persoonlijkheid.

Dan weten we met absolute helderheid:

We *zijn* niet ons lichaam, we *hebben* een lichaam.
We *zijn* niet onze geest, we *hebben* een geest.
We *zijn* niet onze ziel, we *hebben* een ziel.
We *zijn* niet ons ego, we *hebben* een ego.
We *zijn* bewustzijn; we zijn bewustzijn dat bewust is van zichzelf.

4. Vanuit het standpunt van de waarnemer (zuiver bewustzijn), kunnen we alle aspecten van onze persoonlijkheid voortdurend waarnemen en beoordelen (zonder iets te *ver-oordelen*), en waar dat nodig is kunnen we geleidelijkaan verbeteringen aanbrengen.

5. Zo leren we ons steeds meer te identificeren met wat we in werkelijkheid zijn: **Bewustzijn als zodanig!** De stille en gelukzalige waarnemer van onze persoonlijkheid. Bewustzijn is een veld van absolute vrijheid en van alle mogelijkheden. Door identificatie met het universele bewustzijn wordt ons ego bevrijd van krampachtigheden, spanningen, stressen en ziekten. Zo worden we geestelijk gezond. Van daaruit groeien we spontaan verder naar geestelijke volwassenheid.

Meditatie is het middel om geest en lichaam te ont-spannen.

Meditatie leidt ons bewustzijn weg van de uiterlijke objecten, en naar ons spirituele centrum: Bewustzijn als zodanig. Ons bewustzijn wordt bewust van zichzelf, en ervaart zijn ware aard: Onbegrensd, universeel, absoluut gelukzaligheids bewustzijn.

Dit is de adequate definitie van spiritualiteit:
Bewustwording van je eigen bewustzijn.

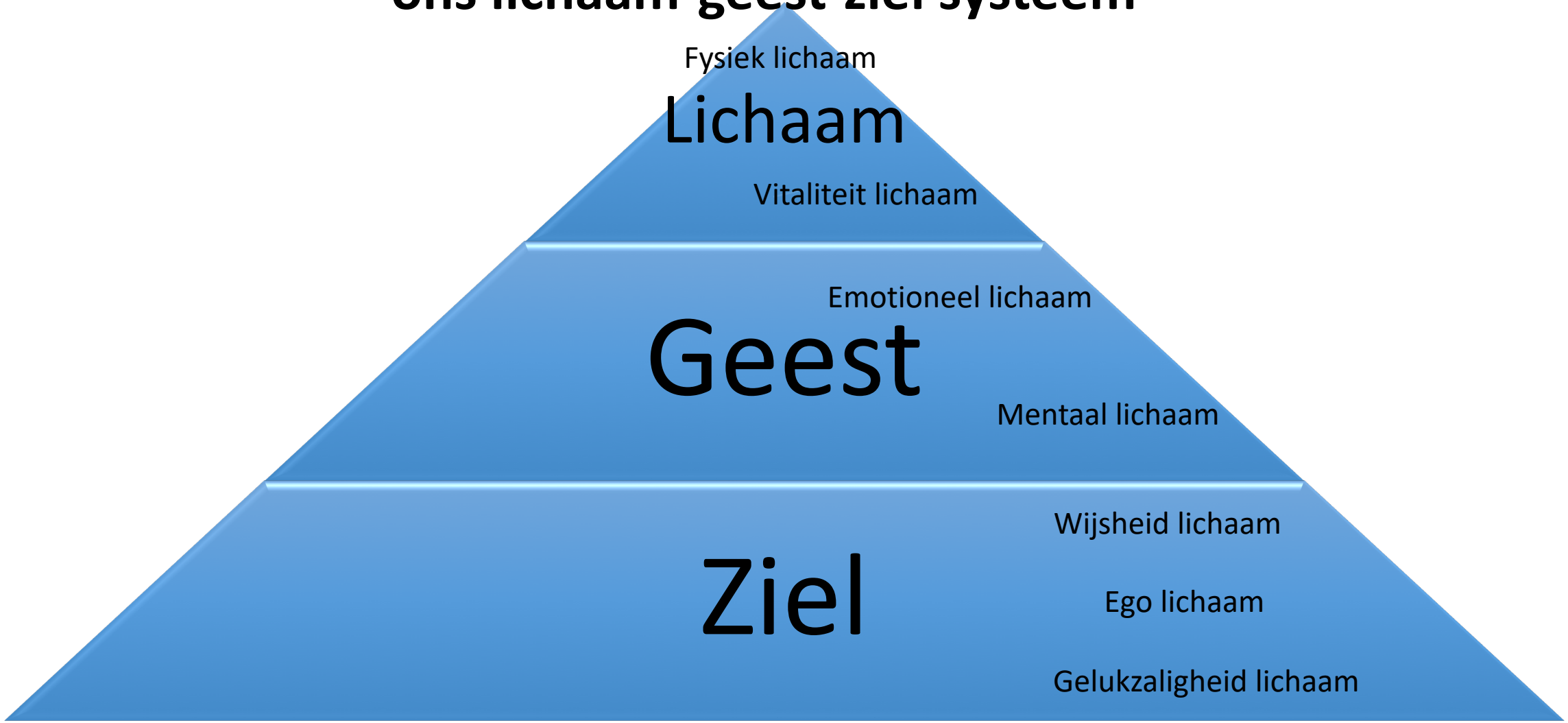
Door ons te ontspannen, ont-moeten we onszelf in de dubbele betekenis van het woord:

1. We ontmoeten ons ware Zelf: zuiver bewustzijn aan de bron van gedachten, de bron van het ego.

2. In datzelfde proces wordt onze relatieve persoonlijkheid ont-moet: **bevrijd van alle soorten *moeten*.** Ons lichaam-geest-ziel systeem wordt geleidelijk aan bevrijd van dwangmatigheden, krampachtigheden, spanningen, stressen, beperkende geloofsovertuigingen, onnuttige en achterhaalde conditioneringen.

3. We leren te functioneren vanuit ons ware Zelf, vanuit de heelheid, de eenheid van ons bewuste Zijn. In vedische termen heet dat: **Yoga stha, kuru karmani – Gevestigd in het Zijn, verricht handelingen. Zo worden we elke dag gelukkiger, wijzer, liefdevoller en vrijer.** En dat alles op een natuurlijke, moeiteloze wijze, gestuurd en ondersteund door de aard van het Leven Zelf!

De zeven Lichamen waarmee we ons Zelf kunnen uitdrukken, vormen een nadere indeling van ons lichaam-geest-ziel systeem



Ware Zelf, Sat-Chit-Ananda, Boeddha Natuur, Tatha Gatha Garbha, Bewustzijn, Essentie, God, Allah, Verenigd Veld

De Zeven Lichamen van de Mens

1. Fysiek lichaam	Wortel Chakra	Ik beweeg	Aarde	Reuk	7de
2. Vitaliteit lichaam	Seks Chakra	Ik ben vitaal	Water	Smaak	6de
3. Emotioneel lichaam	Navel Chakra	Ik voel	Vuur	Gezicht	5de
4. Mentaal lichaam	Hart Chakra	Ik denk	Lucht	Tast	4de
5. Wijsheid lichaam	Keel Chakra	Ik weet	Ruimte	Gehoor	3de
6. Ego lichaam	Voorhoofd Chakra	Ik wil	Manas	Intuitie	2de
7. Geluk lichaam	Kruin Chakra	Ik Ben	Zijn	Bewustzijn	1st

Dit zijn de zeven omhullingen, waarmee ons abstracte, absolute en gelukzalige Zelf zich omhult heeft, teneinde zich uit te drukken in de manifeste, drie dimensionale werkelijkheid. Een mooie uitdaging!

Conclusie:

Het leven is de manifestatie van ***geluk***,
en we zijn op aarde om ons te ontspannen
en te leren functioneren vanuit die ontspannen,
gelukkige, liefdevolle, wijze en Zelf-bewuste bewustzijnstoestand

Vanuit de natuurlijke toestand van Zelfbewustzijn,
kunnen we onze persoonlijkheid opvoeden tot een
authentieke, eerlijke, gelukkige, liefdevolle en wijze persoonlijkheid.

Het ego is een vast onderdeel van onze persoonlijkheid
en hoeft niet te verdwijnen! We kunnen het opvoeden
en genezen van eventuele aandoeningen en complexen,
zoals angst, verdriet, boosheid, hebzucht en onwetendheid.

Door dagelijks de Bron van het ego te ervaren in Zelfbewust Zijn, verkrijgt het ego zelfkennis, zelfvertrouwen, zelfliefde en zelfstandigheid.
Het ego wordt dus *van Zelf* meer en meer doordrongen van de eigenschappen van Bewustzijn als zodanig: Vrede, vreugde, vrijheid, harmonie, liefde en wijsheid.

Ons ware Zelf - onze Boedha Natuur - is een Veld van Alle Mogelijkheden!

In de spiritualiteit van het derde Millennium kunnen we gaan inzien, dat wat men vroeger

Verlichting,
Ontwaken,
Nirwana,
Satori,
Kensho,
Moksha,
Kaivalya,
Redding,
Bevrijding,
et cetera noemde,
niets anders is dan
geestelijke gezondheid
en geestelijke volwassenheid.

„In Nirwana zie je de werkelijkheid zoals die is.“ – Boeddha“